

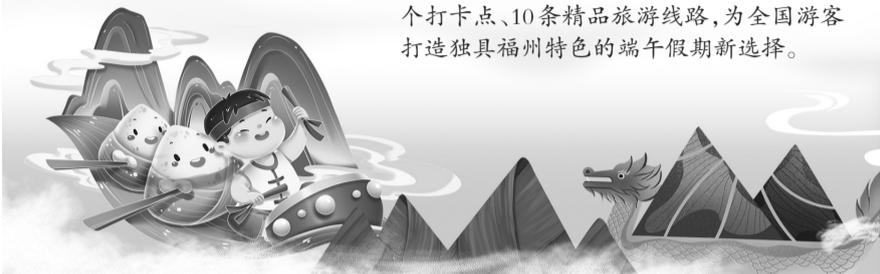
有福之州 “粽”游山海

5个打卡点、10条精品旅游线路,系列端午主题文旅活动邀全国游客共赴端午盛宴

福州都记者 吴臻

端午遇“六一”,民俗游、亲子游热度攀升,亲子游、民俗文化旅游需求释放,端午民俗、龙舟赛事、传统文化、主题乐园等主题大受青睐。去哪儿大数据显示,福州成为小长假期间受亲子出游家庭欢迎的前十名热门目的地之一。

针对市民和游客多元化的出行需求,福州推出系列文旅活动,融合民俗体验、“闽都文化”、夜游休闲等多元场景,解锁端午新玩法。同时,以“有福之州‘粽’游山海”为主题,推出5个打卡点、10条精品旅游线路,为全国游客打造独具福州特色的端午假期新选择。



“六一”+端午 童趣专场奏响欢乐乐章

今年端午恰逢“六一”儿童节,双节叠加拉动亲子游火热。途牛数据显示,端午假期出游用户中,亲子游出游人次占比接近40%。2天或3天的出游行程是亲子家庭的主流之选。福州也应势而动,推出了系列主题活动,让亲子家庭在福州可以畅享多重趣味活动。其中,童趣鼓岭·“粽”情宜夏——2025鼓岭端午&儿童节嘉年华活动将在鼓岭旅游度假区开启,解锁别样

亲子时光;梁厝·艺文空间端午&儿童节趣味活动也将精彩来袭,让游客尽情感受节日氛围。

独具福州特色的10条端午主题旅游线路以及5个端午民俗打卡点,同样足够吸引亲子家庭的目光。线路涵盖历史文化、民俗体验、自然风光等多种元素,既有观看2025福州国际龙舟邀请赛,游览梁厝特色历史文化街区的观赛线路,也有串联上下

杭历史文化街区、福州市非物质文化遗产展示馆、福街文创市集等,体验端午习俗与“闽都文化”的特色线路,更有前往中国船政文化城、达明美食街等,在游玩中增长知识、品端午美食的线路。而5个端午民俗打卡点更是各具特色,它们分别是福州龙舟主题公园、三溪历史文化名村、定海村、福州市非物质文化遗产展示馆以及福清市利桥古街。

传统与创意交融 民俗盛宴轮番登场

端午假期,福州各地民俗活动亮点频出,既有传统仪式的传承,也有创新玩法的趣味。一舟数桨,劈波斩浪,激起千年“闽都文化”的悠长回响。“龙船·龙传——福州市文化馆龙舟主题展”已开展,邀约游客共溯文化根脉,解读福州龙舟文化的源流与精神;福州端午习俗展示活动将于5月31日在福州市非物质文化遗产

展示馆开启,讲述老福州人过端午特有的习俗;福州市图书馆将特别推出“龙舟争渡,耳上争锋”线上听书打榜活动,以声音为舟,以故事为桨,邀您共赴一场别开生面的文化盛宴。

看一场振奋人心的龙舟赛,是端午节的必备项目。福州长乐三溪夜赛龙舟是福建省独有的、全国罕见的乡土风情,三溪夜

赛龙舟从每年农历五月初一持续至端午节当天。海上龙舟赛是福州连江定海村保留的特色传统节目,至今已有近500年历史。今年的海上龙舟竞渡也将在5月27日至31日期间开启。2025福州国际龙舟邀请赛暨“一带一路”青年龙舟国际邀请赛将在福州龙舟主题公园擂鼓开桨,上演江面上的速度与激情。

多元艺术好戏连台 文旅优惠点燃假日激情

端午假期,年轻消费者的“为一张票奔赴一座城”的旅行新常态继续延续。携程平台显示,陶喆 Soul Power II 世界巡回演唱会福州站门票早已售罄。为给游客带来更优质的出游体验,“三坊七巷官方旅游平台”小程序上线喆迷专属·演唱会接驳车,游客可从三坊七巷或上下杭直达演唱会现场。此外,喆迷专属·古巷寻声计划活动,也

为歌迷解锁多项专属福利。

除了演唱会,各类主题活动热度也不断攀升。劳德巴赫啤酒小镇举办的劳德巴赫精酿啤酒活动,让游客在畅饮美酒的同时,深度领略啤酒文化的独特魅力;晋安湖公园的草坪音乐会公园市集,巧妙融合音乐与市集元素,为游客打造一场别具一格的休闲盛宴。

值得一提的是,小长假

期间福州各景区、景点、商家的优惠促销更是接连不断。其中2025福州国际龙舟邀请赛参赛选手及工作人员凭有效证件可畅享三坊七巷历史文化街区联票、源脉温泉园、鼓山旅游景区(十八景)、闽江游、两江四岸游船等景区门票半价或免首道门票优惠;此外,凤翔温泉度假村、罗源湾海洋世界、七叠温泉景区等也推出端午、儿童节门票优惠。

一家三兄弟 同患“不死的癌症”

目前,我国约有500万强直性脊柱炎患者,这病尚无根治方法;医生提醒,早发现早诊断早治疗,可改善和提高患者的生活质量

福州都记者 刘薇 通讯员 吴佳弘

泉州42岁的陈先生(化名)腰酸十多年,一次意外骨折后,发现腰背变得僵硬无比。一查,竟确诊“不死的癌症”——强直性脊柱炎!让人诧异的是,在他之后,他的两位亲兄弟也相继确诊这种疾病。

目前,我国约有500万强直性脊柱炎患者,以青年男性居多。医生提醒,该病尚无根治方法,但早发现早诊断早治疗,能够防止脊柱或关节变形,改善和提高患者的生活质量。

中年男子骨折后 意外揪出腰酸“元凶”

早在十多年前,当时年仅二十来岁的陈先生就感觉腰不舒服,老是腰酸,隔几天就要去卫生院推拿、拔罐,才能稍稍缓解。他在当地医院检查后说是“腰椎劳损”“腰椎间盘突出症”,做过针灸理疗,也吃了中药,症状稍能控制,但常反复发作。于是,“腰酸”成了陈先生的老毛病,他没办法干重活,有时搬个重物,腰就闪了,要好几天才会好。

先生的HLA-B27呈阳性,这个指标正是强直性脊柱炎易感基因。原来,折磨他十多年的腰酸,竟是因为强直性脊柱炎。

确诊后,陈先生接受了以小针刀松解术和康复训练为特色的综合治疗。一周后,他的症状明显好转,顺利出院,之后只需定期随诊、规范用药和康复训练即可。

没想到的是,陈先生竟“拔出萝卜带出泥”。回家后,他的大哥和三弟听说他的腰酸治疗效果这么好,便一个接一个找上正骨医院,因为他们也有类似的腰痛、多关节酸痛等不适。结果一查,接连确诊强直性脊柱炎!

提醒

很多患者无法分辨强直性脊柱炎与腰椎间盘突出症等疾病,如何能够早期识别强直性脊柱炎呢?

“强直性脊柱炎引发的腰背疼痛,靠休息是无法缓解的。”游主任提出一个简单的鉴别方法,就是有无“休息痛”“夜间痛”。“腰椎间盘突出症等疾病引发的腰背疼痛,属

患者以青年男性居多 误诊率高、致残率高

发病年龄通常在15~40岁,大约10%~20%患者在16岁以前发病,高峰在18~35岁。目前,我国约有500万AS患者。

“强直性脊柱炎是风湿免疫科的常见病、多发病,近十多年来,到我们医院就诊的强直患者数以万计,年门诊量上万人次,年住院量上千余人。”泉州市正骨医院强

直性脊柱炎专病科学带头人、主任医师游玉权介绍,现实中,大众对于强直性脊柱炎了解甚少,对诊断往往持怀疑态度。由于医学局限性,该病的早期诊断存在困难,常易被延迟诊断数年之久,误诊率高,使得病人不能得到早期、规范的治疗,最终导致强直病人的高致残率,给家庭带来沉重负担。

游主任强调,强直性脊柱炎尚无根治方法,但如能及时诊断及合理治疗,通过功能训练、药物和局部处理等综合治疗,可以使症状得到缓解,炎症得到控制,防止脊柱或关节变形,必要时矫正畸形关节,减少病废,达到改善和提高患者生活质量的目的。

强直性脊柱炎与腰椎间盘突出,如何识别?

机械性疼痛,会在活动时加重,休息时缓解;强直性脊柱炎引发的腰背疼痛属炎症性疼痛,情况正好相反,在休息时、夜间睡觉时加重,活动时缓解。”

游主任指出,强直性脊柱炎病因尚不明确,需要注意的是,此病具有家族遗传倾向。在强直科病房里,父子、母

女、兄弟、姐妹等一家子确诊并接受治疗的并不少见。

“但是,并不是所有患者的后代都会遗传。”游主任解释,就算得了强直的父母基因中携带了HLA-B27,并且遗传给了孩子,HLA-B27阳性的孩子也并不一定会成为AS患者。HLA-B27阳

性只是AS的一个高风险因素,但并不是HLA-B27阳性者就一定患有AS,HLA-B27阴性患者只要临床表现和影像学检查符合分类诊断标准,也不能排除AS可能。“如果出现腰背疼痛僵硬、足跟痛或者关节肿痛,应及时到专科医院就诊,做到早发现、早诊断、早治疗。”